

Утверждаю



директор
МБОУ ПЛОСКИНСКАЯ ООШ
Злобина Е Н/

МЕНЮ

9 апреля 2024 г.

многод, ОВЗ, 12-18 лет

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге-тическая ценность, ккал |
|--------------------|---------------|-------------------------------------|----------|-------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 708 | | БАТОН | 20 | 1,50 | 0,60 | 10,30 | 52,00 |
| 2011 | 265 | ПЛОВ | 201 | 23,20 | 23,30 | 37,40 | 453,00 |
| 2011 | 71 | ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ | 15 | 0,30 | 0,00 | 0,90 | 6,00 |
| 2008 | 464 | ВЫПЕЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ | 65 | 6,20 | 6,30 | 36,20 | 226,00 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200/0/5 | 0,30 | 0,10 | 14,70 | 60,00 |
| Итого | | | | 31,50 | 30,30 | 99,50 | 797,00 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | | БАТОН | 25 | 1,90 | 0,70 | 12,90 | 66,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,70 | 0,40 | 17,00 | 82,00 |
| 2011 | 321 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 181 | 4,40 | 5,60 | 17,60 | 141,00 |
| 2008 | 314 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 100 | 25,40 | 29,90 | 46,30 | 555,00 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ С | 200 | 0,00 | 0,00 | 19,40 | 77,00 |
| 2008 | 105 | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ | 250/0/15 | 6,00 | 7,80 | 15,50 | 156,00 |
| Итого | | | | 40,40 | 44,40 | 128,70 | 1 077,00 |
| Всего | | | | 71,90 | 74,70 | 228,20 | 1 874,00 |